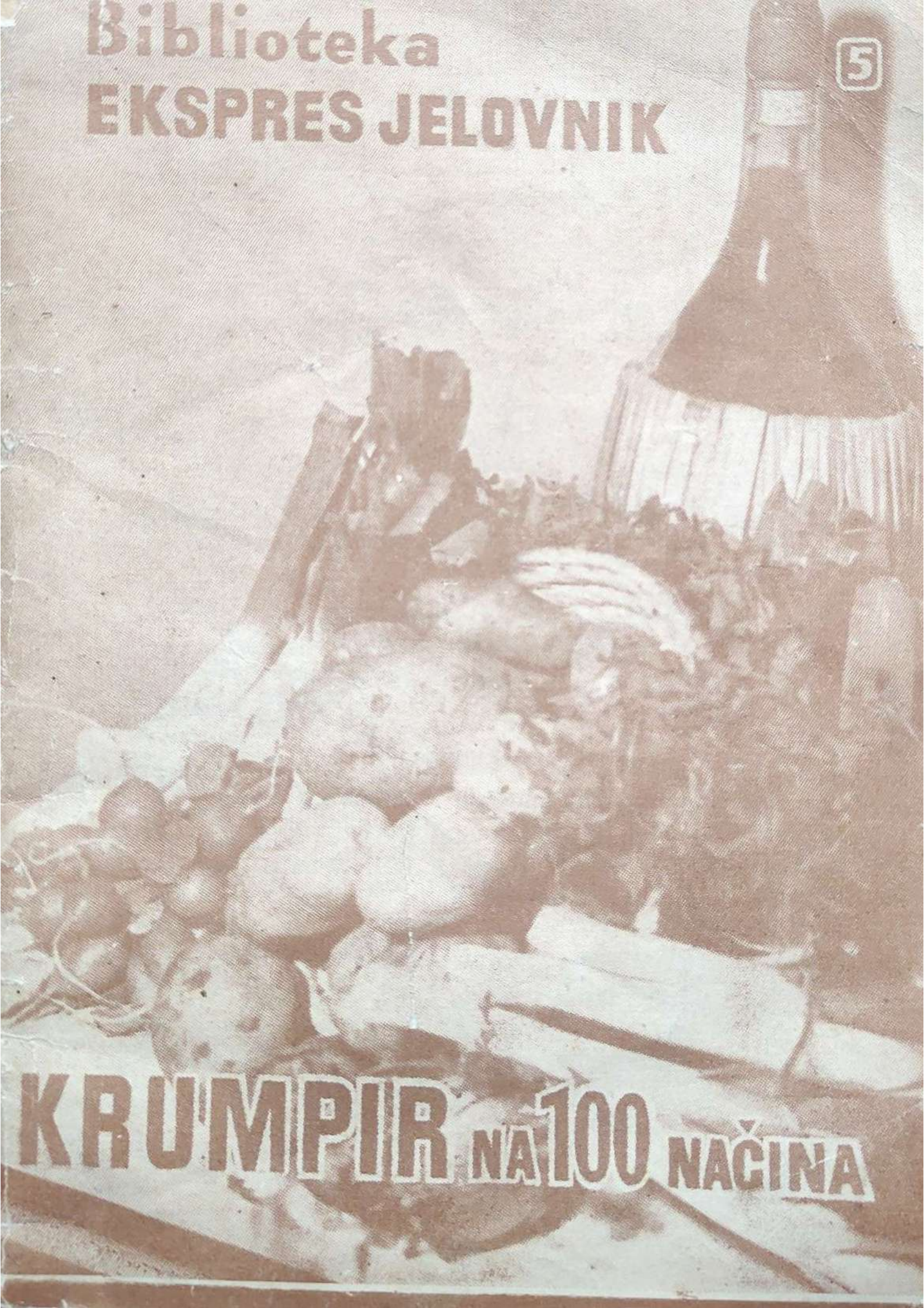
Biblioteka

EKSPRES JELOVNIK

5



KRUMPIR NA 100 NAČINA

2/1867

BIBLIOTEKA V *Express jelovnik*

IZDANJE ČASOPISA »ŽENA«

KRUMPIR NA STO NAČINA

PREDNOSTI ISHRANE KRUMPIROM

Krumpir je najraširenija hrana na svijetu, zapravo mogli bismo ga nazvati narodnim jelom.

1. Krumpir je posebno važan radi bogatog sadržaja škroba, bazičnih minerala (rudne soli) kao i vrijednih bjelančevina, pa kao živežna namirnica ima naročito značenje kao svagdanja hrana širokih narodnih slojeva grada i sela. Krumpir podmiruje gotovu polovicu potrebe ugljikohidrata, a i u pogledu bjelančevina je vrlo važan. U krumpiru ima C vitamina (kojega nalazimo u krumpiru i poslije kuhanja), a ima i nešto B vitamina.

2. Bjelančevine se nalaze tik pod kožicom odnosno ljuskom krumpira. Zato je vrlo važno da krumpir gulimo tanko ili da ga kuhamo u ljusci i onda gulimo. Zbog sadržaja raznih hranjivih tvari čovjek bi se mogao održati na životu, a da i ne prima nikakvih drugih

namirnica osim krumpira. Organizam vrlo dobro iskorišćuje krumpir i samo mali postotak hranjivih tvari ostaje neiskorišten a probavlja se za 2—3 sata.

3. Ako krumpir dugo kuhamo, raskuha se i voda ulazi u njega pa time gubi mnogo na teku. Da to spriječimo, dodamo u vodu malo soli. Ako kuhamo krumpir za krumpirovo tijesto ili kao pridodatak kruha, za pire i slično, onda je najbolje da ga kuhamo u pari. U tu svrhu postoje potrebne posude, ako ih nemamo, onda u posudu stavimo sito ili cjedilo u koje naslažemo opran krumpir, posudu nalijemo vodom samo do krumpira, pokrijemo i kuhamo.

4. Krumpir koji se lako raskuha treba nešto ranije ocijediti, onda posudu dobro pokriti poklopcem i krpom da se još kojih 10 minuta dokuha u vlastitoj pari. Krumpir za tijesto možemo neoljušten peći u pećnici pa ga kasnije ljuštiti i pasirati.

5. Vrijednost krumpira zavisi i o čuvanju preko zime. Ako krumpir čuvamo na vlažnom mjestu, postaje tvrd i staklen. U smrznutom krumpiru pretvara se škrob u šećer, zato je smrznuti krumpir slatkast i ne valja za hranu.

HRANJIVA VRIJEDNOST KRUMPIRA

	Bjelančevine	Masti	Škroba	Mineralnih tvari (željeza, vapna, magneziuma)	Vode
	%	%	%	%	%
krumpir sadrži:	2.5	—	20	1	75

100 gr krumpira daje 86 kalorija

PRAVILA ZA PRIPREMANJE KRUMPIRA

Da bi krumpir ukusno ispržili, umočimo ga u malo brašna. Brže će porumeniti i bit će ukusniji.

Kuhane krumpire koje spremamo za salatu ili kao dodatak uz pečenje, treba tople odmah preliti hladnom vodom. Na taj način krumpir će se vrlo lako očistiti od ljuske.

Vodu u kojoj smo kuhali krumpir treba čuvati. Odlična je za skidanje mrlja i ostalih masnoća s kuhinjskog posuđa i metalnog pribora za kuhanje.

Voda u kojoj smo prali krumpir dobra je za zalijevanje biljaka i cvijeća u loncima.

Da krumpir ne pocrni u kuhanju, stavimo žličicu octa u vodu u kojoj se kuha.

Da se krumpir ne bi raspao pri kuhanju, treba ga kuhati u slanoj vodi (posoliti kad je već skoro kuhan).

Kad kuhamo krumpir oguljen i izrezan na kocke, pa se slučajno raspadne i ne izgleda lijepo, treba ocijediti svu vodu, lonac staviti na štednjak i uz stalno miješanje krumpir dalje kuhati dok god se sva zaostala voda ne ispari; krumpir treba da ostane suh i brašnjav i da neme grudica. Tada treba dodati malo mlijeka i maslaca i ponovno ga dobro izmiješati i zagrijati i od te kaše žlicom vaditi valjuške i tako krumpir servirati.

Kad kuhani krumpir dulje stoji, ljuska na toplini lako otvrdne i postane žilava. Da se to ne dogodi, na posu-

du u kojoj je krumpir stavimo poklopac koji smo prije toga isprali hladnom vodom.

Da bi se mladi krumpir što lakše ljuštio, treba ga prije ljuštenja staviti 10 minuta u slanu vodu.

Da ne prljamo ruke pri čišćenju mladog krumpira, posolimo vodu u kojoj peremo krumpir.

Smrznuti krumpir nije dobro upotrebljavati. Za kuhanje krumpira treba uzeti toliko vode da ona u loncu pokrije krumpir.

JUHE

JUHE OD KRUMPIRA NA FRANCUSKI NAČIN (»JUHA PARMANTIJE«)

Dva struka poriluka (samo bijeli dio) isjeckamo na sitno i pirjamo na ulju, ali da ne požuti. Dodamo 60 dkg oguljenog i na komade izrezanog krumpira i zalijemo s pola litre juhe u kocki i vruće vode i pustimo da dobro provrije. Kada je krumpir mekan, izgnječimo ga, propasiramo, stavimo ponovno u posudu, ugrijemo ga i razrijedimo juhom u kocki ili mlijekom. Prije serviranja razmutimo u zdjeli 1 1/2 dl kiselog vrhnja sa žumanjcem i pomiješamo juhom. Juhu možemo servirati uz pržene kockice kruha.

Utrošak vremena 30—40 min.

JUHA OD KRUMPIRA I.

1 kg oguljenog i na kockice izrezanog krumpira stavimo na zapršku kojoj smo prije toga dodali slatke crvene paprike. Dobro promiješamo i zalijemo juhom u kocki ili vrućom vodom, solimo, dodamo sitno kosanog zelenog peršuna i jednu zelenu papriku i sve zajedno dalje kuhamo. Prije služenje umiješamo žumanjak razmućen s 3 žlice kiselog vrhnja, 2 žlice blagog vinskog octa ili soka od limuna.

Utrošak vremena 30—40 min.

JUHA OD KRUMPIRA II.

Oguljeni krumpir izrežemo na tanke ploškice, a mrkvicu na rezance i sve zajedno stavimo na ulje da se pirja. Kada je mekano, dodamo malo brašna da se zaprži i kosanog zelenog peršuna. Dolijemo juhom u kocki ili vrućom vodom, posolimo popaprimo i pustimo da se još dobro prokuha.

Utrošak vremena 30—40 min.

JUHA OD KRUMPIRA III.

Oguljeni, kuhani i pasirani krumpir pirjamo na ulju s malo kosanog zelenog peršuna. Kada je dosta pirjan, dodamo nekoliko krišaka žemlje, zalijemo vrućom vodom i prokuhamo. Ponovno pasiramo, zalijemo juhom u kocki ili vrućom vodom, i služimo s prženim kockicama žemlje.

Utrošak vremena 35—45 min.

JUHA OD KRUMPIRA IV.

Na kockice izrezani krumpir kuhamo, a kada je mekan stavimo ga na zapršku kojoj smo prije toga dodali sitno kosanog luka, češnjaka i zelenog peršuna. Zalijemo vodom u kojoj se je kuhao krumpir, solimo i dodamo crvene paprike i papra. Prije serviranja umiješamo kiselog vrhnja.

Utrošak vremena 35—45 min.

TIJESTA OD KRUMPIRA KAO DODACI ZA JUHU

OKRUGLICE OD KRUMPIRA

21 dkg kuhanog i pasiranog krumpira dobro promiješamo s 6 dkg margarina i 2 cijela jaja. Dodamo 3 pune žlice brašna i malo soli. Pravimo male okruglice i ukuhamo ih u ključalu juhu (juha u kocki).

Utrošak vremena 35—45 min.

ŽLIČNJACI OD KRUMPIRA

20 dkg kuhanog i pasiranog krumpira dobro izmiješamo s 6 dkg margarina, 3 žumanjka i snijegom od 3 bjelanjka i malo fino kosanog zelenog peršuna, malo soli 2—3 žlice krupice ili brašna. Od toga načinimo lagano

tijesto i žličicom ga ukuhamo u kipuću juhu. Možemo ih posebno kuhati u vodi i dodati uz razne juhe.

Utrošak vremena 35—45 min.

PRŽENI ŽLIČNJACI OD KRUMPIRA

5 dkg margarina, 3 žumanjca, malo soli, malo brašna i 6 kuhanih i pasiranih krumpira dobro izmiješamo. Od toga tijesta i pravimo male žličnjake, povaljamo ih u jajetu, zatim u mrvicama i pečemo na vrućem ulju.

Utrošak vremena 40—45 min.

KRUMPIROVO TIJESTO ZA JUHU

U 3 dkg margarina ili ulja svijetlo isprižimo malo finokosanog luka i peršuna. Skinemo s vatre i dodamo 3 cijela jaja izmiješana s 1 dl brašna i malo soli te nekoliko kuhanih pasiranih krumpira. Sve dobro izradimo i pečemo u tepsiji koju smo dobro zamastili. Kad je pečeno, narežemo na male komadiće i serviramo uz juhu.

Utrošak vremena 40—45 min.

KUHANI — PIRJANI I PRŽENI KRUMPIR

OBARENI KRUMPIR

Obareni i kuhani krumpir služi se neoguljen i tek kod stola svaki ga sam guli i začinja po volji, maslacem,

vrhnjem, sirom, itd., već prema ukusu. Najbolje je kuhati ga na pari na žičanom ulošku ili situ da ostane brašnast. Ako nemamo uloška, može se kuhati i u vodi, no vodu treba naliti samo do polovine krumpira. Da krumpir ne raspuca, treba vodu pri kraju kuhanja posoliti, kad je kuhan ocijedi ga i poklopljenog ostaviti nekoliko časaka na kraju štednjaka da se ispari. Služi se u ugrijanoj, poklopljenoj zdjeli ili umotan u ubrus ili na drvenom pladnju, pokriven ubrusom da se ne ohladi.

Utrošak vremena 25—30 min.

OBARENI KRUMPIR S KREMOM OD SIRA

Kao gore kuhani krumpir raspolovimo i punimo slijedećom kremom: 20 dkg kravskog sira pasiramo i dodamo mu malo vrhnja, maslaca i po želji pasirane slane sardelice.

Utrošak vremena 30—35 min. Dok kuhamo krumpir, priredimo kremu.

OBAREN KRUMPIR S KREMOM OD CELERA

Obarimo krumpir kao gore i punimo ga slijedećom kremom: 20 dkg svježeg kravskog sira i nekoliko žličica prijesnog mlijeka tučemo šibom kao za snijeg. U gotovu kremu umiješamo jedan oguljeni i naribani prijesni celer i kiselu jabuku. Dodamo soli, bibera i crvene paprike.

Utrošak vremena 30—35 min. Dok kuhamo krumpir priredimo nadjev.

OBAREN KRUMPIR SA SALATAMA

Obaren krumpir možemo služiti uz razne zelene i miješane salate. Osobito pristaju salate začinjene kiselim vrhnjem umjesto ulja, ili majonezom.

Utrošak vremena 30—35 min. Dok se krumpir kuha, prirediti salatu.

SLANI KRUMPIR

Oguljeni krumpir razrežemo na veće komade, posolimo i kuhamo sa što manje vode na laganoj vatri 20—30 min. Kad je krumpir mekan, onda je i voda ukuhana. Prije serviranja pustimo ga 2—3 min. da stoji ocijeđen na kraju štednjaka da se ispari. Po volji može mu se dodati malo kima. Servira se kao dodatak uz svako meso ili varivo, s umakom ili kao zasebno jelo preliven maslacem i kosanim zelenim peršunom, prženom slaninom, vrnjem itd.

Utrošak vremena 35—40 min.

VARIVO OD KRUMPIRA

Očišćen i na kockice izrezan krumpir kuhamo i kad je mekan, stavimo ga na zapršku u kojoj smo prije toga rastopili žličicu šećera da bude smeđe boje. Varivo dolijemo vodom u kojoj se je kuhao krumpir, solimo, dodamo 1—2 lovorova lista i pustimo da se još neko vrijeme kuha. Prije serviranja zakiselimo octom ili sokom od limuna.

Utrošak vremena 35—40 min.

VARIVO OD KRUMPIRA NA DRUGI NAČIN

Krumpir priredimo kao gore i stavimo ga na zapršku u koju smo prije toga dodali malo sitno kosanog luka. Zalijemo vodom u kojoj se je krumpir kuhao, solimo i na kraju dodamo sitno kosanog peršuna i kiselog vrnja.

Utrošak vremena 35—40 min.

KRUMPIR S RAJČICAMA

½ kg oguljenog i na veće komade razrezanog krumpira, 1 kg oguljenih i od sjemenki očišćenih rajčica, žlicu fino kosanog peršuna, 1/2 kosanog češnjaka, 3 žlice ulja, soli i malo šećera sve zajedno stavimo u posudu i poklopljeno pirjamo dok ne bude mekano. Za vrijeme pirjanja češće promiješamo da se krumpir ne primi za posudu. Izvrstan prilog uz svako meso, a može se poslužiti i kao samostalno jelo.

Utrošak vremena 35—40 min.

MLADI KRUMPIR S VRHNJEM

1 kg mladog krumpira očistimo i izrežemo na ploške, posolimo i pustimo stajati pola sata. Stavimo ga zatim na rastopljeni margarin ili ulje i zapržimo dok ne porumeni. Dodamo sitno kosanog zelenog peršuna i prelijemo s 1/8 kg rastopljenog kajmaka i pustimo da još prokuha 10 min. Služimo uz bilo kakovo pečenje.

Utrošak vremena 35—40 min.

KRUMPIR S MLIJEKOM

Oguljeni krumpir kuhamo s nešto soli i margarina dok ne postane mekan. Dodamo mlijeka i pustimo još neko vrijeme da kuha. Po ukusu možemo dodati malo i peršuna i kopra.

Utrošak vremena 35—40 min.

KRUMPIR S LUKOM

Maleni krumpir jednake veličine ogulimo i operemo. Očistimo i izrežemo luka za jedan duboki tanjur i stavljamo u lonac red krumpir pa red luka, posolimo, popaprimo i zalijemo uljem. Dolijemo još toliko vode da krumpir bude pokriven, poklopimo lonac i pustimo da kuha. Prije serviranja možemo po ukusu dodati nešto octa.

Utrošak vremena 35—40 min.

KRUMPIR S JABUKAMA

Oguljeni krumpir kuhamo u vodi s malo margarina. Kad je napola kuhan, dodamo mu oguljene i rasčetvorene kisele jabuke, dobro poklopimo i kad su jabuke kuhane sve dobro izmiješamo. Služi se uz pečene krvavice. Utrošak vremena 35—40 min.

Utrošak vremena 35—40 min.

FRANCUSKI KRUMPIR

1/2 kg krumpira kuhamo u ljusci, ogulimo ga i narežemo na ploške; 4 tvrdo kuhana jaja također izrežemo na ploške. Vatrostalnu zdjelu namažemo uljem ili masla-

cem i slažemo red krumpira, posolimo i popaprimo, zatim red jaja i tako do kraja. Zadnji red mora biti od krumpira. Izmiješamo 2 dl dobrog gustog vrhnja s jednim žumanjcem i polijemo preko mase te stavimo u pećnicu da se dobro zapeče i porumeni. Između krumpira i jaja možemo dodati skuhanu i narezanu kobasicu ili hrenovku. Služimo uz zelenu salatu ili matovilac.

Utrošak vremena 50—55 min. Krumpir i jaja skuhati zajedno. Dok se krumpir peče, prirediti salatu.

KRUMPIR KAO FIN DODATAK

Oguljeni prijesni krumpir izrežemo na ploške, posolimo i stavimo na vruće ulje, prelijemo s malo juhe i poklopljen pirjamo na slaboj vatri do 3/4 sata.

Utrošak vremena 50—55 min.

ZAMAŠĆENI KRUMPIR (RESTANI)

Mekano kuhani krumpir ogulimo, izrežemo na tanke ploške i stavimo ga na vruće ulje u kojem smo prije toga propržili glavicu sitno kosanog luka. Solimo ga, dobro promiješamo i odmah služimo. Ovako pripremljen krumpir zahtijeva dosta masnoće, a još je bolji ako ga se prije serviranja prelije sokom od pečenja.

Utrošak vremena 40—45 min.

PIRE OD KRUMPIRA

1 kg krumpira (najbolji je »ružičast«), ogulimo, izrežemo na veće komade i kuhamo u slanoj vodi s malo

vode. Kad je mekan ocijedimo ga, poklopimo posudu i stavimo na kraj štednjaka da se prosuši. Zatim ga pasiramo kroz prešu za krumpir, zalijemo s 1/4 lit mlijeka i komadićem maslaca ili margarina i dobro izmiješamo da se masa izjednači. Ako se odmah ne servira, stavimo posudu s gotovim pireom u drugu veću s ključalom vodom da ostane topao, a da ne prigori.

Utrošak vremena 30—35 min.

PIRE OD KRUMPIRA SA SIROM I JAJIMA

Pire pripremimo kao gore, pasiramo i dodamo mu 12,5 dkg maslaca ili margarina, 4 žumanjka, struganog tvrdog sira, soli i 1 dcl kiselog vrhnja. Dobro promiješanog stavimo ga zatim u vatrostalnu posudu, koju smo zamastili margarinom ili uljem, pospemo ga struganim sirom, maslacem ili margarinom te pečemo u pećnici 10—15 min. Ovako pripremljen krumpir služimo uz razna pečenja ili kao zaseban obrok uz salate ili variva.

Utrošak vremena 50—55 min. Dok se krumpir kuha, podmažemo vatrostalnu posudu i pripremimo sve pridodatke.

KRUMPIR SA SVINJSKIM JETRIMA

1 kg krumpira operemo, ogulimo i izrežemo na sitne kocke. 1 kg svinjskih jetara očistimo i malo prokuhamo, ocijedimo i ohladimo. U posudu stavimo ulje, glavicu sitno kosanog luka i kad je luk pržen, dodamo krumpir i na trenici nastrugana jetra. Sve dobro promiješamo i pirjamo uz dodavanje malo vode. Kad je

mekano, posolimo, popaprimo dodamo sitno kosanog peršuna i prije serviranja kiselog vrnja.

Utrošak vremena 45—50 min.

KRUMPIR PRIREĐEN KAO BAKALAR

Krumpir ogulimo i izrežemo na ploške. U vatrostalnu posudu koju smo prije namazali uljem slažemo redom krumpir, fino kosani češnjak, fino kosani zeleni peršun, kosane slane sardele, posolimo ga i popaprimo te zalijem uljem i vodom (najbolje je pola maslinovog i pola običnog ulja). Stavimo ga peći u vruću pečnicu. Služimo uz selenu salatu.

Utrošak vremena 40—45 min.

KRUMPIR S KOBASICAMA

Kuhani krumpir ogulimo, izrežemo na ploške, a istotako i domaće sušene i kuhane kobasice. U vatrostalnu posudu koju smo namazali uljem slažemo red krumpira, red kobasica, a kao posljednji stavimo krumpir. Prelijemo kiselim vrhnjem, dodamo maslaca ili margarina, mrvice od žemlje i pečemo u vrućoj pećnici dok ne porumeni. Služimo uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 50—55 min.
Dok kuhamo krumpir, kuhamo kobasice i pripremimo preliv.

GRATINIRANI KRUMPIR

Kuhani krumpir ogulimo, izrežemo na ploške, pomiješamo bešamel umakom (Vidi Expres jelovnik I. »Jaja

na 100 načina«), dodamo soli, papra, jedno jaje i malo fino kosanog peršuna. Stavimo ga zatim u vatrostalnu posudu koju smo namazali uljem, posipamo ribanim suhim sirom, komadićima margarina, mrvicama od žemlje i pečemo u vrućoj pećnici dok ne porumeni. Servirano uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 45—50 min.
Dok se krumpir kuha pripremimo salatu.

MUSAKA OD KRUMPIRA

Od 2 kg krumpira priredimo pire kao gore. 1/2 kg govedskog mesa i 1/4 kg svinjskog sameljemo i propržimo s glavicom luka na malo ulja, dodamo sol, papar i malo fino kosanog peršuna. U vatrostalnu posudu koju smo namazali uljem stavljamo red pirea red mesa, a kao posljednji stavimo pire. Prelijemo mlijekom kojem smo primješali cijelo jaje i dodali malo ulja. Musaku pečemo u vrućoj pećnici samo toliko da dobije rumenu koricu. Služimo uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 60—65 min.
Dok krumpir kuhamo, pripremimo meso i preliv.

KRUMPIR NA AMERIČKI NAČIN

Prijesni krumpir ogulimo, izrežemo na ploške i operemo. Stavimo ga zatim u vatrostalnu posudu, polijemo mlijekom i pečemo pola sata u pećnici. Na kraju dodamo komadiće margarina i posolimo.

Utrošak vremena 35—40 min.

KRUMPIR SA ŠUNKOM

Kuhani krumpir izrežemo na kocke i izmiješamo s kosanom šunkom i bešamel umakom (vidi Ekspres jelovnik 1. »Jaja na 100 načina«), dodamo soli, papra i cijelo jaje. Masa mora biti dosta gusta. U uljem namazanu posudu stavimo tako pripremljen krumpir, pospemo ga struganim suhim sirom, komadićima maslaca ili margarina i mrvicama od žemlje. Pečemo ga u vrućoj pećnici dok ne porumeni, a ispečen režemo na kocke ili ploške i prelijemo toplim margarinom ili vrućim vrhnjem. Služimo uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 50—60 min. Dok krumpir kuhamo priredimo dotatke.

PUNJENI KRUMPIR

Lijepi krupni krumpir kuhamo, ogulimo ga, prepolovimo i izvadimo sredinu. Ovu pasiramo i promiješamo s nešto maslaca ili margarina, žumanjkom, ribanim suhim sirom, na sitne kockice narezanim suhim mesom, fino kosanim zelenim peršunom. Posolimo, popaprimo i tom smjesom punimo izdubine na krumpiru do vrha. U vatrostalnu posudu, koju smo namazali uljem, stavimo krumpire, posipamo ih suhim ribanim sirom, komadićima maslaca ili margarina, mrvicama od žemlje i pečemo u vrućoj pećnici dok ne porumjeni. Služimo uz zelene salate.

Utrošak vremena 50—60 min. Dok kuhamo krumpir, pripremimo nadjev.

KRUMPIR S KUMINOM

Prijesni krumpir dobro operemo, raspolovimo ga, prerez namažemo uljem i posipamo solju i kuminom. Stavimo ga u vatrostalnu posudu koju smo namazali uljem i to s prerezom na dolje. Krumpir pečemo 30—40 min. Služimo ga uz pirjano zelje ili bilo koje zimsko varivo.

Utrošak vremena 40—45 min.

ODRESCI OD KRUMPIRA SA SIROM

Kuhani krupniji krumpir ogulimo i još vrućeg izrežemo na kriške debljine malog prsta. Na te kriške stavljamo isto takav komadić suhog sira, pospemo ga fino kosanim zelenim peršunom, posolimo i pečemo u vrućoj pećnici dok se sir ne počne topiti (cca 10 min). Tada ga izvadimo i na svaku krišku stavimo malen komadić maslaca ili margarina. Služimo uz zelenu salatu.

Utrošak vremena 40—45 min. Dok krumpir kuhamo, prirediti sir i peršin. Očistiti salatu.

PRŽENI MLADI KRUMPIRIĆI

Mladi krumpir ostružemo, operemo i stavimo ga na vruće ulje, pržimo dok ne porumeni i omekša s tvrdom koricom izvana. Kad je gotov, posolimo ga. Po volji možemo ga posipati fino kosanim zelenim peršunom.

Utrošak vremena 40—45 min.

ODRESCI OD KRUMPIRA

1/2 kg oguljenog sirovog krumpira nastružemo na trenici, posolimo i ostavimo malo stajati. Ocijedimo ga i dodamo glavicu sitno kosanog luka, jaje, i malo papra. Dobro izmiješamo, načinimo male odreske i pečemo na vrućem ulju. Kad ih stavimo na ulje, žlicom ili viljuškom oblikujemo nešto širi odrezak. Pržimo ih s obje strane. Služimo uz zelenu salatu.

Utrošak vremena 30—35 min.

POGAČICE OD KRUMPIRA SA SAFALADOM

1 1/2 kg kuhanog krumpira ogulimo i sameljemo na stroju za meso sa 3—4 oguljene safalade. U masu dodamo soli, sitno kosanog prepršenog ulja i sitno kosanog peršuna te 3 cijela jaja. Dobro izmiješamo i pravimo male pogačice koje uvaljamo u mrvice od žemlje i pečemo na vrućem ulju. Služimo uz zelene salate.

Utrošak vremena 60—65 min.

PRŽENI MLADI KRUMPIR NA DRUGI NAČIN

Mladi krumpir kuhamo i pasiramo, napravimo male okruglice, koje pržimo na vrućem ulju da se s obje strane zarumene. Solimo kad su pržene.

Utrošak vremena 30—35 min.

KRUMPIR NA ŠVICARSKI NAČIN

80 dkg kuhanog i oguljenog krumpira izrežemo na tanke ploške, poslažemo ga u vatrostalnu posudu koju

smo prije namazali uljem i prelijemo slijedećim prelivom: 2 cijela jaja dobro promiješamo, dodamo 1 1/2 dl mlijeka, 3—4 velike žlice naribanog suhog sira i malo soli. Odozgo pospemo mrvicama od žemlje i obložimo komadićima maslaca. Pečemo u pećnici dok ne porumeni. Služimo uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 60—65 min.

PRŽENI KRUMPIR

Manje krumpire ogulimo, operemo i posušimo krpom, izribamo ih na trenici za kupus, posolimo ih i stavimo u posudu i pečemo u vrućoj pećnici dok ne porumene. Služimo ih pred ručak sa aperitivom.

Utrošak vremena 35—40 min.

POMMES FRITES (POMFRIT)

Oguljeni krumpir naribamo na trenici na tanke ploškice ili narežemo na uske štapiće i stavimo ga u hladnu vodu. Zatim ga ocijedimo, dobro posušimo krpom i pržimo na vrućem ulju. Kad je pržen, vadimo ga rupičastom žlicom, dobro ocijedimo i solimo. Vrlo je dobar ako ga se peče dvaput, tj. prvi put samo napola da dobije sasvim svjetlu boju. Tada ga izvadimo i stavimo na sito da se ocijedi. Kada drugi put pržimo krumpir, ulje mora biti jako vruće. U tako zažarenom ulju krumpir, koji je već napola pečen treba samo 2—3 min. da postane rumen i prhak. Sada ga ocijedimo i posolimo. Posuda u kojoj serviramo mora biti topla. Na ovaj način možemo ispržiti veću količinu krumpira

i za više osoba brzo dogotoviti jer krumpir možemo napola ispeći već prije, a tek pred samu potrebu do kraja ispržiti. Pomfrit se služi kao pridodatak uz razno pečenje i zelene salate.

Utrošak vremena 40—45 min.

SALATE

SALATA OD KRUMPIRA

5—6 velikih opranih krumpira kuhamo i kad su mekani ogulimo ih, izrežemo na ploške i još tople, štoviše vruće, prelijemo uljem i octom. Po volji izrežemo na ploške glavicu luka, operemo je i ocijedimo i dodamo krumpiru. Na kraju posolimo i popaprimo.

Utrošak vremena 30—40 min.

SALATA OD KRUMPIRA NA DRUGI NAČIN

Oprani krumpir skuhamo i još vruć izrežemo na ploške, prelijemo ga čašom vruće vode i poklopimo. Priredimo slijedeći preliv: Prema količini krumpira uzmemo do 6 žlica ulja, do 4 žlice vinskog octa, 1—2 šalice mlijeka i luk narezan na tanke ploške. Sve dobro promiješamo i polovinu te mase prelijemo preko krumpira. Zdjelu poklopimo i protresemo u njoj krumpir

da se preliv izmiješa. Sada dodamo preostali preliv i opetovano protresemo zdjelu. Ova se salata može prirediti i prelivom od vrhnja.

Utrošak vremena 40—50 min. Dok kuhamo krumpir, pripremimo preliv.

SALATA OD KRUMPIRA SA SUHOM SLANINOM

Krumpir priredimo kao gore i prelijemo ga prelivom od suhe slanine koji načinimo na slijedeći način: na kockice izrezanu suhu slaninu prepržimo, dodamo malo brašna i miješamo dok ne porumeni. Zalijemo kipućom vodom i dodamo octa, soli i na ploške narezani luk.

Utrošak vremena 40—50 min. Dok kuhamo krumpir, priredimo preliv.

SALATA OD KRUMPIRA S MAJONEZOM

Skuhani i na ploške narezani krumpir posolimo, prelijemo uljem i octom i promiješamo s majonezom (vidi Expres jelovnik 1. »Jaja na 100 načina«) ili majonezom u tubi.

Utrošak vremena 30—40 min.

TIJESTA

VALJUŠCI OD KRUMPIROVA TIJESTA

1 kg krumpira skuhamo, ogulimo i pasiramo kroz prešu za krumpir, stavimo ga na dasku i pomiješamo s 24 dkg brašna, 4 dkg pšenične krupice, 2 žumanjka i jednom žlicom ulja. Solimo ga i izradimo lagano tijesto koje razrežemo na male komadiće i dlanom povaljamo valjuške. Kuhamo ih u kipućoj slanoj vodi. Kada su kuhani, ocijedimo ih prelijemo hladnom vodom, ocijedimo ponovno i dobro ocijeđene stavimo na vruće ulje. Prema želji možemo ih posipati prženim mrvicama od žemlje ili preliti kiselim vrhnjem. Odličan je dodatak svakom mesu u soku, a možemo ih služiti uz zelenu salatu.

Utrošak vremena 60—65 min.

SAVIJAČA OD KRUMPIROVA TIJESTA

Načinimo tijesto kao gore, izvaljamo na debljinu malog prsta, pospemo ga mrvicama od žemlje prženim na ulju s malo fino kosanog luka. Savijemo tijesto kao savijaču umotamo u ubrus i kuhamo u slanoj kipućoj vodi. Kuhano tijesto izvadimo, izrežemo tanke komade i prelijemo kiselim vrhnjem i vruće serviramo. Isto takovo tijesto možemo puniti kosanom šunkom,

kojoj smo domiješali malo vrhnja. Služimo uz razna mesa ili zelenu salatu.

Utrošak vremena 60—65 min. Dok krumpir kuhamo, priredimo nadjev.

ŽLIČNJACI OD KRUMPIRA

Oguljeni krumpir kuhamo u malo vode (samo do polovice krumpira), a kada je kuhan, a još je preostalo vode, odlijemo nešto vode i dodamo 2 dl brašna koje dobro miješamo s krumpirom. Kada je smjesa kuhana, skinemo je s vatre, dodamo malo soli, 3 1/2 dkg maslaca ili margarina, malo mlijeka i sve dobro istučemo. Pravimo žličnjake koje stavljamo u zdjelu i svaki red pospemo prženim mrvicama, a na kraju prelijemo rastopljenim margarinom ili kiselim vrhnjem.

Utrošak vremena 60—65 min.

TIJESTO S PRIJESNIM KRUMPIROM

6 prijesnih krumpira i 8 kuhanih iste veličine izribamo, dodamo 2 cijela jaja, nešto soli i brašna prema potrebi da se izradi dobro glatko tijesto. Od ovog tijesta pravimo male okruglice, kuhamo u kipućoj slanoj vodi, ocijedimo i prelijemo prženim mrvicama od žemlje i lukom.

Utrošak vremena 40—45 min.

OKRUGLICE OD ŠUNKE

4 velika kuhana i pasirana krumpira pomiješamo s prženim mrvicama, dodamo 1 dl kiselog vrhnje, žuma-

njak i cijelo jaje, kosane šunke ili suhog mesa. Sve dobro promiješamo, pravimo okruglice i pečemo na vrućem ulju. Serviramo kao predjelo ili uz zelenu salatu.

Utrošak vremena 50—60 min. Dok kuhamo krumpir, pripremimo pridodatke.

POGAČICE OD KRUMPIRA SA SIROM

15 velikih krumpira skuhamo i pasiramo. Dodamo 15 dkg maslaca ili margarina, 2 cijela jaja, 1/4 l. mlijeka, 2 šake brašna, soli, 1/4 kg masnog pasiranog kravskog sira i malo mrvica od žemlje. Sve dobro izmiješamo, stavimo na dasku te razvijemo tijesto u debljini dva prsta. Kalupom vadimo pogačice, ostavimo ih na dasci da malo stoje, a zatim ih kuhamo u vrućoj slanoj vodi. Kuhane vadimo rešetkastom lopaticom, poslažemo na zdjelu i prelijemo margarinom i prženim mrvicama od žemlje.

Utrošak vremena 60—65 min. Dok kuhamo krumpir, pripremimo dodatke.

SALAMA OD KRUMPIRA

40 dkg kuhanog i pasiranog krumpira pomiješamo s 8 dkg brašna, 5 dkg margarina, jednim jajetom, soli i kuminom po ukusu. Zamijesimo tijesto, razvaljamo ga na dasci, posipamo prženim mrvicama od žemlje i savijemo u oblik salame. Umotamo u ubrus kojeg smo

namazali uljem i kuhamo u slanoj vodi oko pola sata. Služimo kao dodatak mesu i uz razne zelene salate.

Utrošak vremena 60—65 min. Dok kuhamo krumpir, pripremimo dodatke.

KRUMPIRAČA (ŽGANCI)

1/2 krumpira se oguli, opere i kuha dok ne bude mekan. Onda mu se doda 12 dkg bijelog brašna, soli i dobro miješajući kuha dalje 10 minuta. Žlicom se prave žljičnjaci koji se preliju uljem na kojem smo ispržili 1/2 glavice crvenog luka. Služi se uz zelenu salatu ili gulaš.

Utrošak vremena 40 min.

PALAČINKE OD KRUMPIRA

Na trenici izribanom prijesnom krumpiru dodamo malo brašna, soli, mlijeka i jedno jaje. Dobro izmiješano pečemo na vrlo vrućem ulju na tavici koju treba poklopiti. Kada je tijesto pečeno na jednoj strani, treba ga okrenuti i dopeći. Služimo ga uz rane zelene salate.

Utrošak vremena 25—30 min.

PALAČINKE OD KRUMPIRA NA DRUGI NAČIN

Oguljeni, prijesni i na trenici izribani krumpir pomiješamo razmućenim jajima, posolimo i pečemo na jako vrućem ulju kao gore. Služimo uz mladi grašak ili koje drugo mlado varivo ili zelenu salatu.

Utrošak vremena 25—30 min.

OKRUGLICE OD KRUMPIRA

Kuhani i pasirani krumpir pomiješamo sa istom količinom brašna, s nešto prženih mrvica od žemlje, fino kosanim prženim lukom, 2 cijela jaja i malo soli. Izradimo tijesto i rukom pravimo okruglice koje kuhamo u slanoj kipućoj vodi. Kuhane ocijedimo, prelijemo hladnom vodom opet ocijedimo i stavimo na vruće ulje. Posipamo ih prženim mrvicama od žemlje. Vrlo su dobre kao dodatak uz kiselo zelje.

Utrošak vremena 60—65 min.

OKRUGLICE OD KRUMPIRA NA DRUGI NAČIN

1 kg krumpira kuhanih pasiramo, dodamo 6 dkg margarina ili 2 žlice ulja, 8 dkg brašna i jedan tanjurić na ulju prženih mrvica od žemlje. Napravimo okruglice i postupamo kao gore. — Služimo uz kiselo zelje ili zelene salate.

Utrošak vremena 60—65 min.

RUSKE PIROŠKE S KRUMPIROM

2 dkg kvasca razmutimo s 2 žlice mlakog mlijeka, dodamo soli i pustimo da uskisne. 10 dkg kuhanog i pasiranog krumpira 5 dkg margarina, 35 dkg finog brašna, 2 žumanjca i uskisli kvasac promiješamo, solimo i dobro kuhačom izlupamo. Pustimo da se tijesto diže. Kad je dignuto, stavimo ga na dasku, izvaljamo prst debelo, režemo na četvrtaste komade i punimo mljevenom i s vrhnjem promiješanom šunkom. Zavijemo i pržimo na dosta ulja da budu rumene. Služe se vruće kao predjelo.

Utrošak vremena 65—70 min. Dok tijesto kisne, priredimo nadjev.

PERECI OD KRUMPIRA

Kuhani i pasirani krumpir promiješamo s 2 cijela jaja, malo margarina i brašna toliko da dobijemo čvrsto tijesto od kojeg pravimo perece. Perece pržimo na vrućem ulju i služimo uz razna mesa u soku i divljač.

Utrošak vremena 50—60 min.

ROŠČIĆI OD KRUMPIRA SA ŠUNKOM

20 dkg kuhanog i pasiranog krumpira pomiješamo s 20 dkg brašna i 20 dkg margarina. Tijesto posolimo, dobro izradimo i ostavimo ga da se odmara 1/2 sata. Tijesto zatim razvaljamo, tanko izrežemo na četvrtaste komade i na svaki komad stavimo nadjev od 15 dkg mljevene šunke pomiješan sa cijelim jajetom, žlicom kiselog vrhnja i malo papra. Savijemo tijesto kao roščiće, namažemo ih razmućenim žumanjkom i pečemo kod dobre vatre. Služimo ih kao predjelo.

Utrošak vremena 65—70 min. Dok tijesto stoji, priredimo nadjev od šunke.

NABUJAK OD KRUMPIRA

5 dkg margarina i 3 žumanjca dobro izmiješano, dodamo 3 velika kuhana i pasirana krumpira, punu šalicu mrvica od žemlje, 1 dl kiselog vrhnja. Sve dobro pro-

miješamo, solimo, dodamo 2—3 žlice naribanog suhog sira, snijeg od 3 bijelanjka i pečemo u vatrostalnoj posudi koju smo prije dobro namazali uljem i naprašili brašnom. Služimo vruće kao predjelo.

Utrošak vremena 50—60 min.

NABUJAK OD KRUMPIRA SA ŠUNKOM

7 dkg margarina, 4 žumanjka, snijeg od 2 bjelanjka, 15 dkg kuhanog pasiranog krumpira i 15 dkg fino kosane šunke lagano promiješamo i stavimo u uljem namazan i mrvicama posut oblik te kuhamo na pari. Kad je koh kuhan, izvrnemo ga na vruću zdjelu i posipamo naribanim suhim sirom. Služimo vruće kao predjelo.

Utrošak vremena 65—70 min.

HRENOVKE U TIJESTU OD KRUMPIRA

1/4 kg kuhanog i pasiranog krumpira, 1/4 kg finog brašna, 20 dkg margarina i malo soli zamijesimo i ostavimo da stoji 1 sat. Nakon toga izvaljamo tijesto prst debelo i izrežemo na komade veličine pola hrenovke. Hrenovke u međuvremenu prokuhamo, razrežemo na dva komada i svaki komad uvijemo u tijesto da se hrenovka ne vidi. U tepsiju koju smo namazali maslacem slažemo uvijene hrenovke, namažemo ih razmućenim jajetom, pospemo suhim struganim sirom i pečemo na jakoj vatri da budu lijepo rumene. Služimo ih vruće kao predjelo.

Utrošak vremena 90—100 min.
Dok tijesto stoji priredimo hrenovke.

PRUTIĆI OD KRUMPIRA

20 dkg kuhanog pasiranog krumpira, 20 dkg finog brašna, 20 dkg margarina, 2 žumanjka i malo soli pomiješamo, načinimo tijesto, izvaljamo ga i nekoliko puta redom složimo i izvaljamo. Na kraju namažemo tijesto jajetom ili margarinom, posipamo ga suhim naribanim sirom, režemo na uske komade i pečemo u vrućoj pećnici.

Utrošak vremena 60—65 min.

SLATKA TIJESTA OD KRUMPIRA

OKRUGLICE S KAJSIJAMA

Načinimo tijesto od 30 dkg kuhanog i pasiranog krumpira, 1/2 kg finog brašna, 2 cijela jaja 2 žlice kiselog vrhnja i malo soli. Razvaljamo prst debelo, izrežemo na veće kocke i u svaku stavljamo cijelu svježu neoguljenu kajsiju. Obložimo je tijestom i formiramo u okruglicu. Na brašnom posipanoj dasci redamo okruglice dok ne budu sve gotove. Zatim u kipuću vodu stavljamo okruglice, kuhamo ih dok ne izađu na površinu, vadimo ih pažljivo rešetkastom žlicom i stavljamo ih u zdjelu u kojoj ćemo ih servirati. Prelijemo ih

maslacem sa prepršenim mrvicama, pošećerimo i stavimo ih za kratko vrijeme u vruću pećnicu. Na isti način možemo praviti i okruglice od šljiva.

Utrošak vremena 50—60 min.

OKRUGLICE OD ŠLJIVA

Od 1/2 kg kuhanog pasiranog krumpira, 3 cijela jaja, malo soli, žlice ulja i toliko brašna da krumpir upije napravimo tijesto. Razvaljamo ga prst debelo, izrežemo na komadiće, na svaki stavimo dobro obrisanu šljivu, umotamo je tijestom, formiramo u okruglice i postupamo kao gore (Okruglice od kajsija). U koliko šljive nisu posve zrele, možemo izvaditi košticu i umjesto nje staviti komadić šećera.

Utrošak vremena 60—70 min.

PALAČINKE OD KRUMPIRA

1 kg skuhanog i pasiranog krumpira miješamo sa 1 žumanjkom i jednim cijelim jajetom, komadićem margarina, dodamo malo soli i brašna koliko je potrebno da zamijesimo tijesto ali ne previše mekano. Tijesto dobro izradimo u obliku kruha, zatim ga razdijelimo na 12 dijelova, a svaki dio razvaljamo u okruglu palačinku veličine tignja u kojem ćemo peći. Pržimo ih na dobro zagrijanom ulju s obje strane da budu rumene. Kad su pečene, namažemo ih marmeladom, zavijemo ih, poslažemo na topli tanjir i posipamo ih šećerom.

Utrošak vremena 60—65 min.

KOLAČ OD KRUMPIRA KAO DODATAK UZ KAVU I ČAJ

Načinimo tijesto kao za mliječni kruh i kada se dignulo, umijesimo ga s 1/2 kg u pećnici pečenog i pasiranog krumpira, 3—4 žumanjka, malo kumina. Tijesto dobro izradimo i od njega pravimo 2 kruščića, stavimo ga na tepsiju koju smo prije toga namazali i posuli brašnom, pa kad se ponovno digne, pečemo u vrućoj pećnici.

Utrošak vremena 65—75 min.

SADRŽAJ

	Str.
PREDNOSTI ISHRANE KRUMPIROM . . .	1
PRAVILA ZA PRIPREMANJE KRUMPIRA .	3
JUHE	4
DODACI JUHI	6
KUHANI — PIRJANI I PRŽENI KRUMPIR .	7
SALATE	20
TIJESTA	22
SLATKA TIJESTA OD KRUMPIRA	29

Štamparija »VJESNIK« Zagreb

CIJENA 100 DIN